

摘要

雪域五明佛學院 (ལྷོ། །བྱུང་སྐད་གངས་ཅན་རྒྱ་གར་སྐོབ་གྲྭ།, School of Snowland Tibetan Studies) 這個學校位於下密院的範圍裡，成立的目的是希望能讓更多對佛法和藏文有興趣的外國學生及在家弟子，來到這裡有系統的學習。在這樣的因緣之下，面對學習藏文卻沒有相對環境，且又考量到安全問題的學生而言，是學習上的一大福澤。學校以往都有相關選送學生前往印度下密院學習藏文之課程，讓我們一同前往南印度學習藏文，並且體驗藏族僧人們的簡單生活吧！

下密院離在家藏人區有一小段距離，更外圍才是印度當地居民散居的小鎮，如此的地理位置安排，離喧囂市區有一定的距離，也就更加顯出它的寧靜與獨立，所以是非常適合有心想要靜心修行的人前來學習、聞法與沉潛的。

老師會視前往學習的學生之程度，而訂定是否需要從基礎的藏文三十字母開始教起，並且會依情況而決定是否需要摻雜會話一起交互授課，這裡是學習藏文最穩也最扎實的學習環境，除此之外，這裡的師長與同學們各個都非常親切，是一個非常友善的學習環境。在這裡，你不需要擔心沒有人會講英文，也不需要擔心沒有人會講中文，因為這裡聚集了遠從世界各地而來學法的人，總會有聽得懂你說話的那個人。

目次

摘要.....	2
一・緣起.....	4
二・研修機構(或活動)簡介.....	5
三・國外研修課程之學習.....	6
四・國外研修生活之體驗與學習.....	7
五・遭遇之困難.....	8
六・研修之具體效益.....	9
七・感想與建議.....	10

一・緣起

西元一九五九年三月十七日，達賴喇嘛尊者為保護民眾，免於生靈塗炭而走出印度；當時流亡的藏人處境非常困難，濕熱的印度次大陸對來自西藏高原的藏人，是極大的生存考驗，為了在異國他鄉生活，並且保存及發展西藏寶貴而獨特的宗教與文明，達賴喇嘛尊者向印度政府提出，要建立永久性的西藏難民定居點。印度總理尼赫魯回應呼籲，南方卡納塔卡邦政府向西藏流亡難民捐獻了幾塊土地，印度政府提供資助，幫助流亡藏人在這些土地上定居，這就是如今位於卡納塔卡邦帕拉庫毗、孟古特和洪素的西藏難民定居區。



←下密院的大門

當年，當難民們千里迢迢前往印度南方這幾片被原始叢林包圍的荒原之時，他們只攜帶著極其簡陋的生活用品，還有從家鄉逃難時帶出來的少量經書和佛像。達賴喇嘛尊者賜給他們一座佛像，以鼓勵他們在陌生的自由之地把佛法繼承和保存下去。這裡氣候濕熱，環境陌生，

虎象出沒，蛇蟲肆虐，他們經歷了極其艱難困苦的最初幾年，然而與此同時，在他們的家鄉，又是一場災難從天而降，著名的拉薩三大寺全數被毀，其中甘丹寺更是淪為一片廢墟，而倖存的僧侶們陸續冒死翻越喜馬拉雅山，逃亡印度。於是他們在南方的西藏難民定居點重建了拉薩的三大寺。在一九七二年，於洪素西藏難民定居點重建了西藏下密院。

雪域五明佛學院 (School of Snowland Tibetan Studies)，這個學校位於寺院中，成立的目的是希



↑雪域五明佛學院 (School of Snowland Tibetan Studies) 碑

望能讓更多對佛法和藏文有興趣的外國學生及在家弟子，能來到這裡有系統的學習。在這樣的因緣之下，面對學習藏文卻沒有相對環境的學生而言，在學習上是吃力的，但又希望能學好藏文，於是乎，當得知學校以往都有相關選送學生前往印度下密院學習藏文之課程與資訊時，事逢同學也有意願一同前往，再加上考量到安全問題，便在有同學互相照應與想學好藏文的心境之下，推掉了其他營隊而與同學一同前往南印度學習藏文。

二・研修機構(或活動)簡介

下密院位於南印卡納塔卡邦(Karnataka State)麥索區(Mysore Dist.)的洪素縣(Hunsur Taluk)，全稱是顯密講修佛學院(Gyudmed Monastic School for Higher Studies in Sutra & Tantra)，在課程安排上兼顧顯宗和密宗，在九年制紮下堅實的密宗基礎上，學員才能開始五年的密續修習，這是達賴喇嘛尊者特別強調的要求。現在在下密院，除了顯密兼修佛學院外，另外還建立了一所學校，專門為全世界有志於學法的在家居士提供學習藏語文和佛法的機會，這就是新辦的雪域五明佛學院，而這所學校也是達賴喇嘛尊者親自指示建立的。

二零零七年一月八日，達賴喇嘛尊者在下密院為新校舍主持開光大典的時候說：『下密院的顯密講修佛學院是為僧侶提供學法機會，三大寺和下密院都沒有為在家居士舉辦的學校，建議下密院再興建一所，以在家居士研修佛法為主的國際性學校，讓藏傳佛教這個完整來自古印度那爛陀寺的佛法傳承，得以有機會散佈到世界各地，且不分國籍、不分人種、不分民族，但凡有心於佛法者，都有機會學習，而這將帶給世間很大的利益和幫助。』



基礎藏文上課情形



辯經課上課情形

當時達賴喇嘛的指示，得到了下密院的寺院住持、佛學院的校長以及下密院僧眾們的一致認同，隨即開會達成共識，要辦這樣一所國際性學校。當年五月開始規劃，二零一零年四月落成啟用。二零一一年十二月七日達賴喇嘛親臨開光大典，正式命名為「雪域五明佛學院」，也有叫做「雪域西藏學校」(School of Snowland Tibetan Studies)。這個學校位於寺院中，成立的目的如同上述所說，是

希望能讓更多對佛法和藏文有興趣的外國學生及在家弟子能來到這裡有系統的學習。

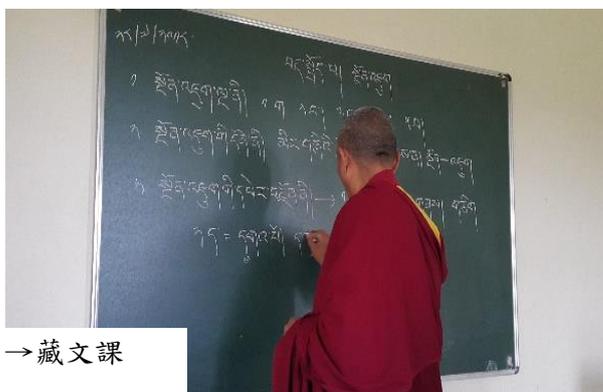
雪域五明佛學院的學制和課程，是在西藏流亡政府前任首席部長，國際著名的佛學和古梵文學權威桑東仁波切的指導下制定的。這個提供給在家居士的學制分為四年的長期課程和從兩周到三個月不定的短期課程。四年的長期課程必須用藏語，所以學員不論來自什麼國家，都要學習藏語文。短期的學習課程則由學校安排相應的語言翻譯。



上課情形

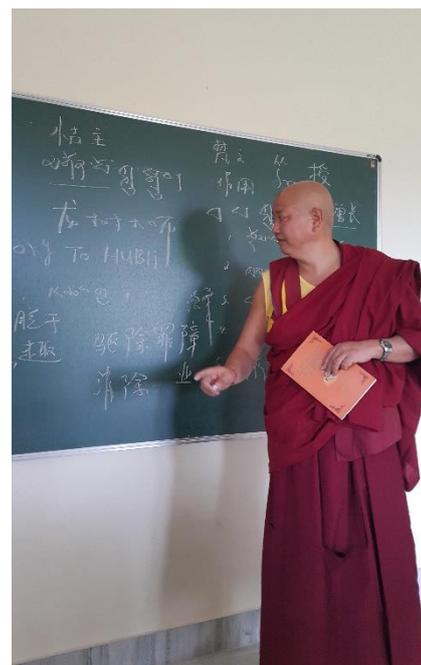
三・國外研修課程之學習

此次學習的課程不多，共分兩科：一為藏文課，一為佛法課。早上的藏文課由帶領學生們早上課誦的 ཡཱ་ཏཱ་ 老師，從基礎的藏文三十字母開始教起，並且摻雜會話一起交互授課；下午的佛法課則由會講中文的 སྤའམཚུངས་ 老師來教導我們三位遠從外地而去的台灣人，教了一些基礎對佛教的認知之後，便教了一些咒語與偈頌讓學生們也能學習咒語與偈子，最後教導學生們兜率百尊的相關內容；雖然在離開時，藏文只上到一點點文法，兜率百尊的相關內容也只上了前面一點點，但對於老師們教導學生們的用心與細心卻是無法比擬的。



→藏文課

↓佛法課老師 སྤའམཚུངས་ 老師



→藏文老師 ཡཱ་ཏཱ་ 老

四・國外研修生活之體驗與學習

下密院離在家藏人區有一小段距離，更外圍才是印度當地居民散居的小鎮，如此的地理位置安排，離喧囂市區有一定的距離，也就更加顯出它的寧靜與獨立，所以是非常適合有心想要靜心修行的人前來學習、聞法與沉潛的。在這裡，如果你能待上一段時間，就更可以感受到它與北印度截然不同的氛圍。由於下密院與藏族在家人的村子有間隔一小段距離，因此寺院顯得特別清幽與安靜，基本上在寺院範圍內，大多只會看見寺裡的僧人們。目前寺院裡約有六百名僧眾，寮房仍維持傳統簡單的磚木平房建築，比起其他大寺院來說，在這的生活是簡單樸實的，而僧眾們生活的物質條件也並不是那麼的舒適方便；據說許多年前日本功德主到了下密院，發現眾多僧人擠在一個小小而且下雨會漏水的舊大殿中修法，實在委曲刻苦，因而發心捐款蓋了目前前往下密院能看見的新大殿，而舊大殿就位於新



↑ 舊大殿

大殿後方，目前已較少使用。

除了上課之外，這也是學生頭一次在真正的藏族寺院裡待上較長的時間，能夠好好地觀察及體驗藏族僧人們在寺院裡學習及生活的情況，而自己也能給自己一個機會真正的放下相對於此處的都市繁華，可以好好的靜下來思考並歸零，並且在生活中去學習藏文。

「雪域五明佛學院」是應尊者達賴喇嘛的指示，由當時的校長慈仁札西格西籌辦，集合各地功德主的願心與願力成辦的，其中很大一部分功德款即是來自台灣；由於尊者希望來此學習的弟子能夠在學習上無後顧之憂，因此學院的各項軟硬體設施在以修行為前提的寺院內，算是非常的先進與舒適的。學院就位於下密院旁，整體院區不大，為一個 L 型的兩大棟建築群，進了大門左手邊那棟，主要是教室，其中也包含圖書館與學生的用餐空間，而正前方橫著的則為學生宿舍，中間的空間則為廣場。這裡沒有觀光客和商人，但你可能遇到來自各國的佛教徒，尊者的各地弟子



是教室，其中也包含圖書館與學生的用餐空間，而正前方橫著的則為學生宿舍，中間的空間則為廣場。這裡沒有觀光客和商人，但你可能遇到來自各國的佛教徒，尊者的各地弟子

← 開光法會的休息時間

們前來學習經論與藏文。當然，你也可能因此而認識那些和你說著不同語言，但卻讀著相同佛典論著同學們。在這裡，因為尊者，也因為佛法，而把世界不同角落的人們緊緊地聯繫在一起，就像一個大家庭，人與人之間，雖然語言不同，但因為共同的信仰和共同的來訪目的，讓每個人的距離非常緊密，樂於認識每一個人，與他們分享你出生地的點點滴滴，以及你為何會學佛、來到這兒的各種因緣。教室明亮通風，宿舍則是兩人一室，有獨立的陽台和衛浴設施。房間前後都有窗戶和門，天熱時門窗都打開，特別通風涼爽，偶爾還能聽到遠處的牛和象的叫聲，非常寧靜、自然，讓人可以深深感受到德干高原上另一種愜意與慢活的步調；這裡最多也最常見的便是烏鴉，牠們的叫聲就像你的伴讀，不會讓你靜到覺得無聊想打盹；晚上偶而還可以在寮房內聽見附近守田人在驅趕野象的聲音，這些都已經是現在台灣的都市生活中，幾乎快要體驗不到的自然與純樸了。

暑假期間前往下密院，基本上都可以遇上一年一度的開光大法會，在法會中，看見在座所有僧人們背誦出一句句的經文，還有坐在位子上的腿功，確實讓學生大開眼界，從未體驗過一次盤坐在位子上三至四小時，這讓學生是又驚訝又難忘，看見藏族僧人們的用功更是自嘆不如，你無法想像坐在大殿中，背誦出一整天的經文，期間或停電或日曬，都是不停歇的，即使休息也都只有坐了好幾個小時之後的短短十五分鐘。

五· 遭遇之困難

欲前往下密院，最主要的方式為搭飛機到班加羅爾(Bangalore)再換搭汽車進入洪素縣的藏人屯墾區，由於下密院位在印度政府特別規劃予流亡藏人生活屯墾的特別保護區內，想要進入該保護區，必需至少於半年前（快的話三個月）向位於德里的印度外交部提出申請 PAP(Protected Area Permit)，如果有計畫住在下密院雪域五明佛學院的學生宿舍，當然得事先徵求學院同意再寄出 PAP 申請，有了 PAP 後才能在保護區內做短暫居留；否則只能住在保護區外印度人的小村落中。但印度小村落的治安較差，建議還是和下密院聯繫並申請 PAP 最為妥當，基於安全考量，最好能請下密院的師長安排人員來接機。

印度機場的行李安檢和機場海關人員的服務態度不會是你所想像中該有的友善；首先你的行李很可能在你領到之前，裏頭會少一兩樣東西，至於原因為何，不外乎是有人藉職位便宜行事，所以重要的行李最好是別帶太多且能帶上機艙，否則一定要有防偷兒的設備與措施。接著，班加羅爾雖然是印度第三大城，但其國際機場不是太大，所以要找到入境海關與大廳不難找，只是駐警和海關人員大多都是撲克臉，最好是自己用心讀機場內的英文指標，或多上網找資料做功課會比較好。最後，過海關的時候，真的是前所未有的災難！如果英文不是很好，建議最好先將該說的寫下來，如果英文很好，也要做好聽不懂印度口音的打算。

如果以為印度很熱那就大錯特錯了！我們到的時候，是南印度的七月，氣候比想像中還要舒適許多，只是夜間較涼，日夜溫差大，跟大家認為的氣溫是相差許多的。

從班加羅爾機場到下密院，我們是搭下密院裡的法師安排的車，車程大約五至六個小時，車程很快也很順，但抵達佛學院的學生宿舍時，必需說已經到達一種彌留狀態了，因為印度的無交管狀態，讓我們神經緊繃、心跳加速，以為在坐刺激好玩的蹦蹦車。



校園生活

開始了學校的學習生活後，最需要克服的就是語言與飲食，因為英文不一定人人都懂，中文也不是大家都會，所以有時候真的需要肢體語言來

幫忙；而飲食的部分，雖然跟想像中一天三餐都吃咖哩不一樣，但能夠每天的三餐都差不多也是不容易的，早上固定有藏茶(བླ་ཇ)配大餅(བླ་ཇ)和炒飯，中午大餅(བླ་ཇ)和一樣菜，晚上白飯配一樣菜，基本上天天一樣，偶而才有包子(མཉེན་མོ།)。

因為當地人習慣洗冷水，所以基本上學校沒有熱水，需要克服天氣與身體狀況的因素，但其實這也是另外一種純樸的生活體驗之一，現代環境太過舒適與安逸，讓我們不能去理解古大德們求法時面對環境上的種種考驗，這一趟學習之路，讓我學會了不是舒適的環境就是好的，有時候是當的刻苦，反而讓我們在生活中與心境上，更加地祥和、寧靜與知足。

六·研修之具體效益

在啟程前，學生個人對於藏文的拼讀是覺得非常困難的，雖然簡單的字勉強可以拼讀，但遇到許多字放在一起時，就會完全摸不著頭緒，甚至連看見都會覺得害怕；或許有人會笑著說：『怎麼可能！藏文都學了一段時間了還不會拼讀。』，但事實就是如此，也許是當初自己基礎沒打穩，沒有好好學習的緣故，導致學生在啟程前對於許多字放在一起的藏文，打從心裡感到害怕，甚至連在學校時，老師上課要同學們試著念念看，學生到了自動棄權的地步；所以在這趟學習中，學生認為收穫最大最多的，竟然是學生克服了這種心態而願意去嘗試拼讀多字的藏文；因為變音的不確定與繁雜而感到害怕的心態，在下密院老師細心的教導之下，雖然沒有說特別去學習到什麼大經大論，但對學生個人而言卻是最受用與最有幫

助的。在佛法課中，雖然老師說的佛教基本知識都知道了，但對於在書上提到的其他小知識卻是讓學生長知識了，因為老師會額外跟我們解釋其中的專有名詞，所以可以更進一步的去知道原來藏傳佛教有這麼多我們不知道的東西與專有名詞這也是另外一種特別的學習經驗；在這裡的學習，不特別設限學習的內容與方向、不因為進度而趕課、不為交差而隨便教導。

七·感想與建議

從未想過有一天會跟著同學、踏上印度、學習藏文，或許對大家而言，只要出去了，回來後就一定會變得很厲害，或者會在當地進步神速而回來變成看相關東西都會都懂，殊不知，每趟學習的方式與教授老師都是息息相關的，面對當地資深的老師教導我們基本功，學習的課程進度，若非足足去一年，相信是學不完基本功的，或許會以為一去就什麼都會，但當地老師是非常細心與耐心地教導我們，也難怪當地的其他不會藏文之學生，在那裡幾年的學習之下，對藏文是可以清楚地馬上看懂與讀懂藏文經書或相關修學書籍與其意義，基本功的札實，讓他們在後面的學習之路上，相對地變得輕鬆與方便，這是目前我們都還沒有如此扎實的教導方式。



↑ 本期學生與校長、老師、秘書之大合照

這次南印行回來，最大且最強烈的感受，即是對時間的認知。在下密院短暫的那些天，每天都過得十分充實，每天的生活可以說是相當規律，不僅從師長處有許多的聽聞、學習，也能看見下密院的同學們無時無刻在做法義的討論。在那個當下，經常忘了身處在何年何月，時間似乎停滯了，又或者已經超越了時間的界限；然而回到台灣後，很快就又覺得常常被時間追著跑，每天回到宿舍往往已是覺得累，只想放空的状态。這樣的感覺在剛回來的那兩週特別強烈，因為這趟學習，讓學生除了藏文變得更容易拼讀之外，也深刻地體會到所謂的「知足常樂」，更加清楚為何古大德們會在刻苦的環境之下，卻更加能一心向道。



↑學校內的夜景